

Kleine Schritte - große Wirkung

Stressbewältigung und Selbstfürsorge für pflegende Angehörige

Mittwoch, 07. Mai 2025

14:00 Uhr - 16:30 Uhr

Veranstaltungsort:

Evangelisches Gemeindezentrum
Am Schlossgraben 1 | 91413 Neustadt/Aisch

Bitte melden Sie sich bei Interesse an:

Online unter www.eveeno.com/716934654

Tel.: 0981/4664-20210

Mail: info@demenz-pflege-mittelfranken.de



Kleine Schritte - große Wirkung

Stressbewältigung und Selbstfürsorge für pflegende Angehörige

Mittwoch, 07. Mai 2025

14:00 Uhr - 16:30 Uhr

Veranstaltungsort:

Evangelisches Gemeindezentrum
Am Schlossgraben 1 | 91413 Neustadt/Aisch

Bitte melden Sie sich bei Interesse an:

Online unter www.eveeno.com/716934654

Tel.: 0981/4664-20210

Mail: info@demenz-pflege-mittelfranken.de



Stressbewältigung und Selbstfürsorge für pflegende An- und Zugehörige

Zwei Drittel aller Menschen mit Pflegebedarf werden zu Hause von An- und Zugehörigen versorgt. Dies ist oftmals eine große Herausforderung – körperlich und seelisch. Die Selbstfürsorge rückt allzu oft in den Hintergrund.

Im Rahmen unseres diesjährigen Dialogforums konnten wir Katrin Beckmann (Demenzcoach, Autorin und Expertin für Stress- und Gesundheitsmanagement) für einen Vortrag zum Thema [Stressbewältigung und Selbstfürsorge](#) gewinnen.

Ziel des Vortrags ist, das Bewusstsein pflegender An- und Zugehöriger für die eigenen Bedürfnisse zu schärfen sowie hilfreiche Strategien zur Stressbewältigung und Förderung der Selbstfürsorge mit an die Hand zu geben.

[Selbstfürsorge ist keine Option](#), sondern der Schlüssel zu nachhaltiger Pflege. Kleine Schritte im Alltag können große Wirkung erzielen – für Sie und Ihre Liebsten.

Informationen zur Anreise

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Das Evangelische Gemeindezentrum ist von Neustadt (Aisch) Mitte in 15 Gehminuten erreichbar.



Jetzt gleich
anmelden!

Kontakt

Fachstelle für Demenz und Pflege Mittelfranken
Bezirk Mittelfranken
Danziger Straße 5 | 91522 Ansbach

Tel.: 0981/4664-20210

Mail: info@demenz-pflege-mittelfranken.de

Web: www.demenz-pflege-mittelfranken.de



Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit, Pflege und Prävention sowie durch die Arbeitsgemeinschaft der Pflegekassenverbände in Bayern (soziale Pflegekassen) und durch die Private Pflegepflichtversicherung gefördert. Träger der Fachstelle für Demenz und Pflege Mittelfranken ist der Bezirk Mittelfranken.



Stressbewältigung und Selbstfürsorge für pflegende An- und Zugehörige

Zwei Drittel aller Menschen mit Pflegebedarf werden zu Hause von An- und Zugehörigen versorgt. Dies ist oftmals eine große Herausforderung – körperlich und seelisch. Die Selbstfürsorge rückt allzu oft in den Hintergrund.

Im Rahmen unseres diesjährigen Dialogforums konnten wir Katrin Beckmann (Demenzcoach, Autorin und Expertin für Stress- und Gesundheitsmanagement) für einen Vortrag zum Thema [Stressbewältigung und Selbstfürsorge](#) gewinnen.

Ziel des Vortrags ist, das Bewusstsein pflegender An- und Zugehöriger für die eigenen Bedürfnisse zu schärfen sowie hilfreiche Strategien zur Stressbewältigung und Förderung der Selbstfürsorge mit an die Hand zu geben.

[Selbstfürsorge ist keine Option](#), sondern der Schlüssel zu nachhaltiger Pflege. Kleine Schritte im Alltag können große Wirkung erzielen – für Sie und Ihre Liebsten.

Informationen zur Anreise

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Das Evangelische Gemeindezentrum ist von Neustadt (Aisch) Mitte in 15 Gehminuten erreichbar.



Jetzt gleich
anmelden!

Kontakt

Fachstelle für Demenz und Pflege Mittelfranken
Bezirk Mittelfranken
Danziger Straße 5 | 91522 Ansbach

Tel.: 0981/4664-20210

Mail: info@demenz-pflege-mittelfranken.de

Web: www.demenz-pflege-mittelfranken.de



Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit, Pflege und Prävention sowie durch die Arbeitsgemeinschaft der Pflegekassenverbände in Bayern (soziale Pflegekassen) und durch die Private Pflegepflichtversicherung gefördert. Träger der Fachstelle für Demenz und Pflege Mittelfranken ist der Bezirk Mittelfranken.

